



Календарь бережливости на 2012 год



Экологический след – это единица измерения природного ресурса необходимого для нашего жизнеобеспечения. Экологический след выражается в глобальных гектарах (гга) в год. Индекс экологического следа показывает, сколько плодородной земли и воды необходимо для производства, потребления и утилизации потребляемых человеком материалов, товаров, продуктов, услуг. Если разделить плодородные почвы Земли между всеми жителями планеты, то на каждого придется около 2 гектаров. В то же время

большинство из нас, как показывает анализ методом экологического следа, использует значительно больше площади Земли. Отсюда и проистекает необходимость бережливого образа жизни, ведь в нашем распоряжении всего один земной шар.

Так что мы сами можем определять размер оставляемого нами экологического следа. Чем выше уровень нашего потребления пищи, вещей и энергии, тем, увы, больше оставляемый нами след.

Важные телефоны в Нарве:

Аварийная служба городского хозяйства (AS Narva Elamuvaldus)	35 91100
Диспетчер теплосети	71 66400
Аварии водоснабжения и канализации	35 69006
Электроаварии (диспетчер VKG Elektrivõrgud OÜ)	71 66666
Приют для животных «Grey Dogs MTÜ»	5281544
Организация отлова кошек и собак	359 9138
Ходатайства на получение разрешений на вырубку	35 99110
Дежурный телефон Инспекции охраны окружающей среды	1313
Нарвский центр утилизации отходов	3570082;
Организация вывоза мусора	3577676
- AS Ragn-Sells	15155
- OÜ Adelan Prügiveod	35 68068
- AS Heakorrastus	35 76892
- OÜ EKOVIIR	3376580
Вайварский центр сбора опасных отходов	33 72986
Kolatakso (такси для вывоза хлама)	51900606
Нарвское общество защиты животных	52 68831
Елена Рыжакова	

Важные телефоны в Таллинне:

Tallinna abitelefoni	1345
Munitsipaalpolitsei väljakutsetelefon	14410
Eesti Energia infotelefon	1343
Keskonnainspektsiooni infotelefon	1313
Tallinna Vesi Kliendiinfo	62 62 200
24h vee-abi	62 62 400
MTÜ Uuskasutus Paide 7, Tallinn	info@uuskasutus.ee
Eesti Korteriteühistute Liit	62 75 740
Loomade hoiupaik MTÜ	62 17 746 (24h).

Употребление энергии	Единица измерения	Весь год
Теплота	МВт·ч/в месяц	
Холодная вода	м ³ /в месяц	
Горячая вода	м ³ /в месяц	
Электроэнергия	кВт·ч/в месяц	

В работе над календарем использованы следующие источники:
<http://kokkuhoid.energia.ee>
www.rohelinepunkt.ee
www.eestipakend.ee
www.looduskalender.ee
www.jci.ee/go/uudised
www.bioneer.ee
www.autovaba.ee
www.keskkonnaveeb.ee
www.tallinn.ee/pryghunt
www.emieco.ee/ringsinwater



Европейская комиссия разработала новую систему маркировки энергопотребления бытовой техники

Источник: Европейская комиссия

Требование введения маркировки класса энергопотребления телевизоров – это новшество. В случае вступления поправок в силу телевизоры, на долю которых приходится около 1% всего энергопотребления домохозяйств, придется снабжать маркировкой класса энергопотребления (A–G).

По мнению Комиссии, опыт с холодильниками, посудомоечными и стиральными машинами подтверждает успешность системы. Сейчас в этих товарных группах до 90% продаваемой продукции уже относится к классу А, поэтому для более исчерпывающего информирования потребителей планируется дополнить верхнюю часть шкалы обозначениями класса А+, А++ и А+++.

Энергетическая маркировка преследует двоякую цель: с одной стороны – инспирировать потребителей пользоваться более экономичной бытовой техникой, то есть более экологичными и ресурсосберегающими приборами, а с другой – через формирование спроса диктовать производителям производство более энергоэкономичной продукции.

Употребление энергии	Единица измерения	Январь
Теплота	МВт·ч/в месяц	
Холодная вода	м ³ /в месяц	
Горячая вода	м ³ /в месяц	
Электроэнергия	кВт·ч/в месяц	

Январь • January

2012

Н W	Пн Mo	Вт Tu	Ср We	Чт Th	Пн Fr	Сб Sa	Вс Su
52							1 Uusaasta
1	2	3 Vabadussõjas võidelnute mälestuspäev	4	5	6	7	8
2	9	10	11	12	13	14 Taliharjapäev	15
3	16	17 Tõnisepäev	18	19	20	21	22
4	23	24	25	26	27	28	29
5	30	31					



Что мы носим?

Что указано на этикетке шерстяных вещей?

Virgin wool – пряжа из первичной овечьей шерсти. Ткань изготовлена без примеси шерсти вторичного использования. Из такой шерсти производится большинство одежды из экологических тканей.

Shoddy – шерсть вторичного использования, перерабатывается из низкокачественной шерстяной пряжи или ткани. Поскольку в процессе переработки получаются короткие волокна, ткани и одежда из шодди отличаются не слишком высоким качеством. Шерсть вторичного использования нередко используется в смеси с другими натуральными и синтетическими материалами. Из шодди могут быть изготовлены и предметы одежды с маркировкой Öko-Tex (Confidence in Textiles). В таком случае ясно, что ткань не содержит вредных веществ.

Woolen или woollen – пряжа, изготовленная из чесаной шерсти. Она отличается мягкостью и объемностью, прекрасно держит тепло.

Worsted – камвольная шерсть, особенность ее заключается в том, что шерстяные волокна в ней плотно скручены, а потому и пряжа и изделия из нее отличаются высокой прочностью и плотностью.

Шерстяной флис – полностью натуральный материал. Однако до сих пор большинство флисовой одежды шьется из синтетического флиса.

Употребление энергии	Единица измерения	Февраль
Теплота	МВт·ч/в месяц	
Холодная вода	м ³ /в месяц	
Горячая вода	м ³ /в месяц	
Электроэнергия	кВт·ч/в месяц	

Февраль • February

2012

Н W	Пн Mo	Вт Tu	Ср We	Чт Th	Пн Fr	Сб Sa	Вс Su
5			1	2 <small>Tartu rahulepingu aasta päev, Künnapäev</small>	3	4	5
6	6	7	8	9	10	11	12
7	13	14 <small>Valentinipäev</small>	15	16	17	18	19
8	20	21	22	23	24 <small>Iseseisvuspäev</small>	25	26
9	27	28	29				



6 способов заниматься спортом, не нанося ущерба окружающей среде

- Вместо того чтобы отправиться в спортзал, лучше принять участие в мероприятии, проводимом на природе, или в акции по благоустройству. Это позволит вам потратить лишние калории, потренировать мышцы и подвигаться с пользой для дела. Например, привести в порядок парк, лесолуг или сад. Если же вы намерены тренироваться несколько дней подряд – отправляйтесь на толоку, организованную Эстонским фондом природы.
- Ознакомьтесь с тропами здоровья. Если вы в курсе возможностей заняться спортом в окрестностях вашего дома, то и мотивация ваша будет сильнее. Тропы здоровья нередко дают нам возможность не только двигаться, но и наслаждаться природой.
- Если вы пользуетесь спортивным снаряжением нерегулярно, то имеет смысл одалживать его друзьям или брать напрокат. Тем самым вы сэкономите деньги, и у вас не будет склада невоображаемых вещей, которые только накапливают пыль.
- Задумайтесь над тем, какую нагрузку на окружающую среду оказывает тот или иной вид спорта. Бег в лесу или скандинавская ходьба с палками менее ресурсозатратны, чем пользование беговой дорожкой в спортзале. Лыжный кросс менее ресурсозатратен, чем горнолыжный спорт, требующий подъемников. Велосипедные прогулки предпочтительнее мотоспорта.
- Стирайте свою спортивную одежду экологичными моющими средствами. Одежду для тренировок приходится стирать часто, так что выбор правильного моющего средства имеет немаловажное значение.
- По возможности идите на тренировку пешком или воспользуйтесь велосипедом. Так вам удастся сочетать тренировку и бережное отношение к окружающей среде. Какой смысл ехать 20 минут на автомобиле, чтобы провести час на беговой дорожке тренажера? Начните ходьбу не тратя времени даром!

Употребление энергии	Единица измерения	Март
Теплота	МВт·ч/в месяц	
Холодная вода	м ³ /в месяц	
Горячая вода	м ³ /в месяц	
Электроэнергия	кВт·ч/в месяц	

Март • March

2012

Н W	Пн Mo	Вт Tu	Ср We	Чт Th	Пн Fr	Сб Sa	Вс Su
9				1	2	3	4
10	5	6	7	8 <small>Naistepäev</small>	9	10	11
11	12	13	14 <small>Emakeele päev</small>	15	16	17	18
12	19	20	21	22	23	24 <small>Paastumaarjapäev</small>	25
13	26	27	28	29	30	31	



Кто, кроме меня, может знать мою потребность в пище?

В общем-то, никто. Все обозначенные на этикетках суточные нормы – это рекомендации, рассчитанные на среднего активного взрослого с нормальным весом. Поскольку все люди разные, то при расчете GDA (Guideline Daily Amounts) так или иначе допускаются обобщения.

В случае некоторых питательных веществ рекомендуемые суточные нормы для мужчин и женщин разные. В интересах простоты разработчики маркировки решили не печатать на этикетке два столбца цифр, а ограничиться указанием суточных норм для женщин. Однако и мужчины могут смело следовать приведенным на упаковках рекомендуемым нормам – вреда от этого не будет.

Рекомендуемые суточные нормы

Приведенные в таблице данные основаны на рекомендациях Европейской конфедерации производителей продовольствия и напитков (CIAA).

Употребление энергии	Единица измерения	Апрель
Теплота	МВт·ч/в месяц	
Холодная вода	м ³ /в месяц	
Горячая вода	м ³ /в месяц	
Электроэнергия	кВт·ч/в месяц	

	Женщины	Мужчины
Энергия	2000 ккал	2500 ккал
Белки	50g	60g
Углеводы	270g	340g
Жиры	70g	80g
Насыщенные жирные кислоты	20g	30g
Клетчатка	25g	25g
Натрий (эквивалент соли)	6g	6g

Апрель • April

2012

Н	Пн	Вт	Ср	Чт	Пн	Сб	Вс
W	Mo	Tu	We	Th	Fr	Sa	Su
13							1 Karjalaskepäev
14	2	3	4	5	6 Suur reede	7	8
15	9	10	11	12	13	14 Künnipäev	15
16	16	17	18	19	20	21	22
17	23 Jüripäev	24	25	26	27	28	29
18	30						



7 способов экологичного отдыха

- Оставайтесь на своей материке. Для проведения отпуска совсем необязательно предпринимать межконтинентальное путешествие. Отдохнуть можно и поближе. Авиапутешествие с одного континента на другой может повлечь за собой выброс CO₂, превышающий выброс CO₂ за год пользования автомашиной.
- Отдыхайте в Эстонии. Отдых на родине – это наименьшая нагрузка на окружающую среду. Откройте для себя здешние красоты, наслаждайтесь природой, путешествуйте пешком и на велосипеде. Возможностей масса.
- Еще до начала путешествия составьте смету предстоящих расходов и потом придерживайтесь ее. Это позволит избежать неразумных покупок.
- Пользуйтесь гостиничными полотенцами не один раз – не требуйте ежедневно чистых полотенец, дома ведь вы так не делаете.
- В гостинице не расходуйте воду попусту. В Великобритании подсчитали, что средний гостиничный постоялец расходует вдвое больше воды, чем он расходует дома.
- Не набирайте в путешествии всякую всячину. Не обязательно брать повсюду брошюры и проспекты или покупать сувениры, которые потом некуда девать. Также не стоит прихватывать с собой из гостиницы разовые упаковки шампуня или геля для душа.
- По возможности ешьте местную еду. Местным продуктам, прежде чем попасть на стол, не пришлось преодолевать гигантские расстояния.

Употребление энергии	Единица измерения	Май
Теплота	МВт·ч/в месяц	
Холодная вода	м ³ /в месяц	
Горячая вода	м ³ /в месяц	
Электроэнергия	кВт·ч/в месяц	

Май • May

2012

Н W	Пн Mo	Вт Tu	Ср We	Чт Th	Пн Fr	Сб Sa	Вс Su
18		1 <small>Kevadepüha, Võlbrispäev</small>	2	3	4	5	6
19	7	8 <small>Emadepäev</small>	9 <small>Euroopa päev</small>	10	11	12	13
20	14	15	16	17	18	19	20
21	21	22	23	24	25	26	27
22	28	29	30	31			



Что делать с мусором от пробников?

- На всевозможных выставках и ярмарках не хватайте без разбору пробники и тестеры. Берите только то, что может вам подойти. Например, кожа у вас сухая, значит, вам ни к чему пробники крема для жирной кожи.
- Берите пробники только в том случае, если их упаковка может быть использована повторно или же утилизирована. Обращайте внимание производителей и поставщиков на проблему упаковок.
- Что могут производители и поставщики?
- При дегустациях пользуйтесь посудой не пластиковой, а такой, которую можно впоследствии отправить на компост.
- Старайтесь использовать питьевые стаканчики неоднократно, так например, вы предлагаете продегустировать несколько напитков и при этом просите посетителя воспользоваться одним и тем же стаканчиком.
- Приглашая на дегустацию ограниченное число гостей, отдавайте предпочтение посуде многократного использования – после дегустации ее достаточно помыть.
- По возможности сортируйте отходы и выбрасывайте их в соответствующие контейнеры.

Употребление энергии	Единица измерения	Июнь
Теплота	МВт·ч/в месяц	
Холодная вода	м ³ /в месяц	
Горячая вода	м ³ /в месяц	
Электроэнергия	кВт·ч/в месяц	

Июнь • June

2012

Н W	Пн Mo	Вт Tu	Ср We	Чт Th	Пн Fr	Сб Sa	Вс Su
22					1	2	3
23	4 <small>Eesti ilu päev</small>	5	6	7	8	9	10
24	11	12	13	14	15	16	17
25	18	19	20	21	22	23 <small>Jaanilaupäev</small>	24 <small>Jaanipäev</small>
26	25	26	27 <small>Seitsmemagajapäev</small>	28	29	30	



Поменьше полиэтиленовых пакетов – это вполне возможно! Зачем вообще заморачиваться по поводу полиэтиленовых пакетов?

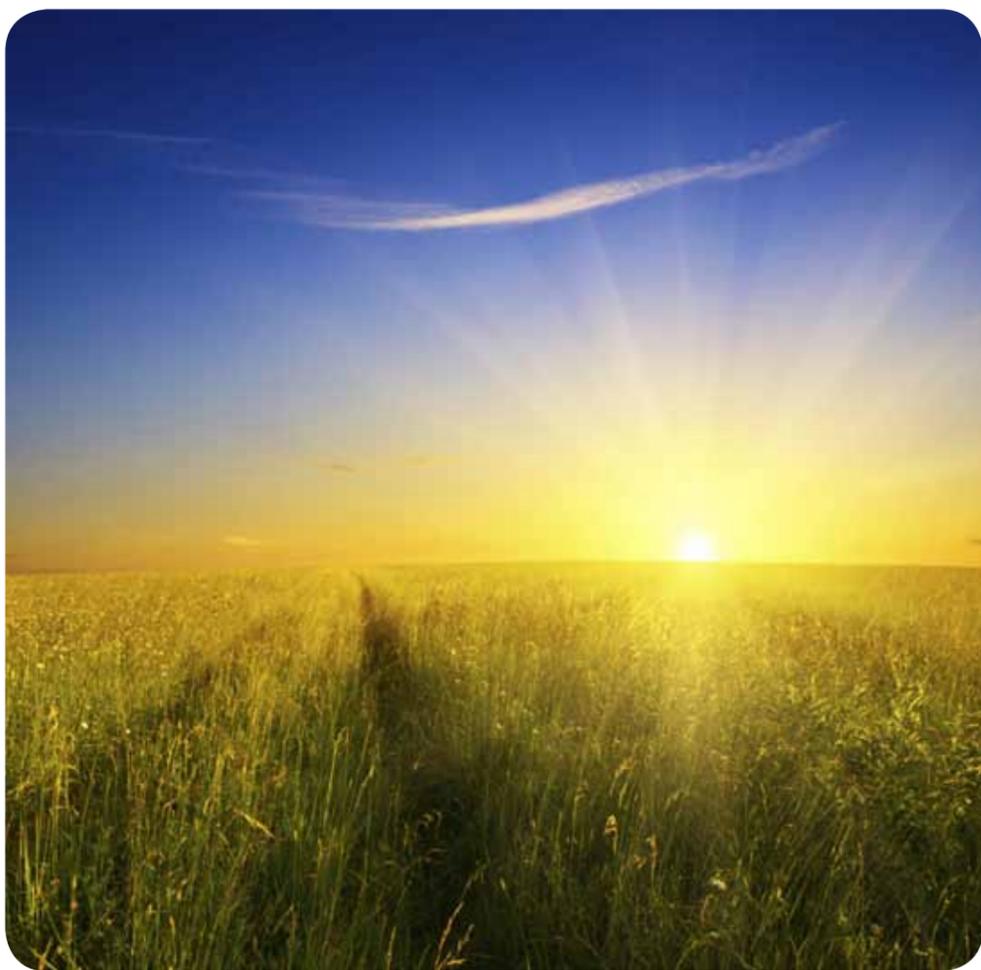
- Затем что это вполне решаемая проблема! Контейнеров для сбора пластика, по крайней мере, в городах, достаточно много – пользуйтесь ими!
- Затем что полиэтиленовые пакеты вполне можно использовать повторно, их можно мыть, и в этом нет ничего постыдного. А иногда достаточно просто протереть пакет влажной тряпкой, и тем самым отпадет необходимость купить новый.
- Затем что вы и сами прекрасно знаете – чрезмерное количество упаковки ни к чему. Некоторые товары повседневного спроса имеет смысл покупать сразу в больших количествах, это позволит избежать лишней упаковки.
- Затем что вы вполне можете сказать продавщице, что ваш товар не нуждается в дополнительной упаковке. Да и в доме у вас будет меньше мусора, если вы будете приносить меньше полиэтиленовых пакетов.
- Затем что и вам небезразлично здоровье животных и Мирового океана. Ежегодно около десятой части произведенного в мире пластика в конце концов оказывается в море, 70% его оседает на дно, остальной продолжает плавать, пока смерчами Тихого океана его не прибывает к мусорным островам.
- Затем что вы не сторонник расточительности. В мире ежеминутно используется примерно миллион новых полиэтиленовых пакетов, в повторное пользование идет меньше 1% из них. За год в мире в среднем расходуется по 10 кг полиэтиленовых пакетов на человека.
- Затем что вы человек «продвинутый» и в курсе проблем полиэтиленовых пакетов. Вы готовы думать собственной головой и действовать. Вас можно поздравить!

Употребление энергии	Единица измерения	Июль
Теплота	МВт·ч/в месяц	
Холодная вода	м ³ /в месяц	
Горячая вода	м ³ /в месяц	
Электроэнергия	кВт·ч/в месяц	

Июль • July

2012

Н W	Пн Mo	Вт Tu	Ср We	Чт Th	Пн Fr	Сб Sa	Вс Su
26							1 <small>Heinamaarjapäev</small>
27	2	3	4	5	6	7	8
28	9	10 <small>Seitsmevennapäev</small>	11	12	13 <small>Maretapäev</small>	14	15
29	16	17	18	19	20	21	22
30	23	24	25 <small>Jakobipäev</small>	26 <small>Annepäev</small>	27	28	29 <small>Olevipäev</small>
31	30	31					



Как правильно развести костер? Важно помнить, что

- Открытый огонь можно разводить только в безветренную погоду и на своем участке, на безопасном расстоянии от построек и леса.
- Костер следует раскладывать на негорючей поверхности, под рукой должны иметься средства тушения огня.
- Костер ни на минуту нельзя оставлять без присмотра, под рукой всегда должны быть два 6-килограммовых огнетушителя или же ведро с водой (не менее 20 литров).
- Когда костер прогорит, кострище надо тщательно загасить во избежание самовозгорания.
- При разведении костров необходимо соблюдать правовые акты местного самоуправления, так в некоторых городах и поселках разведение костров строго запрещено.
- Мангалы должны стоять не ближе чем в пяти метрах от каких бы то ни было строений и находиться по постоянным присмотрам.
- Разведение общественных костров необходимо согласовывать с местной спасательной службой, потому что к ним предъявляются особые требования пожарной безопасности.
- О предъявляемых требованиях можно узнать по круглосуточно работающему телефону спасательной службы 1524.

Костры можно разводить...

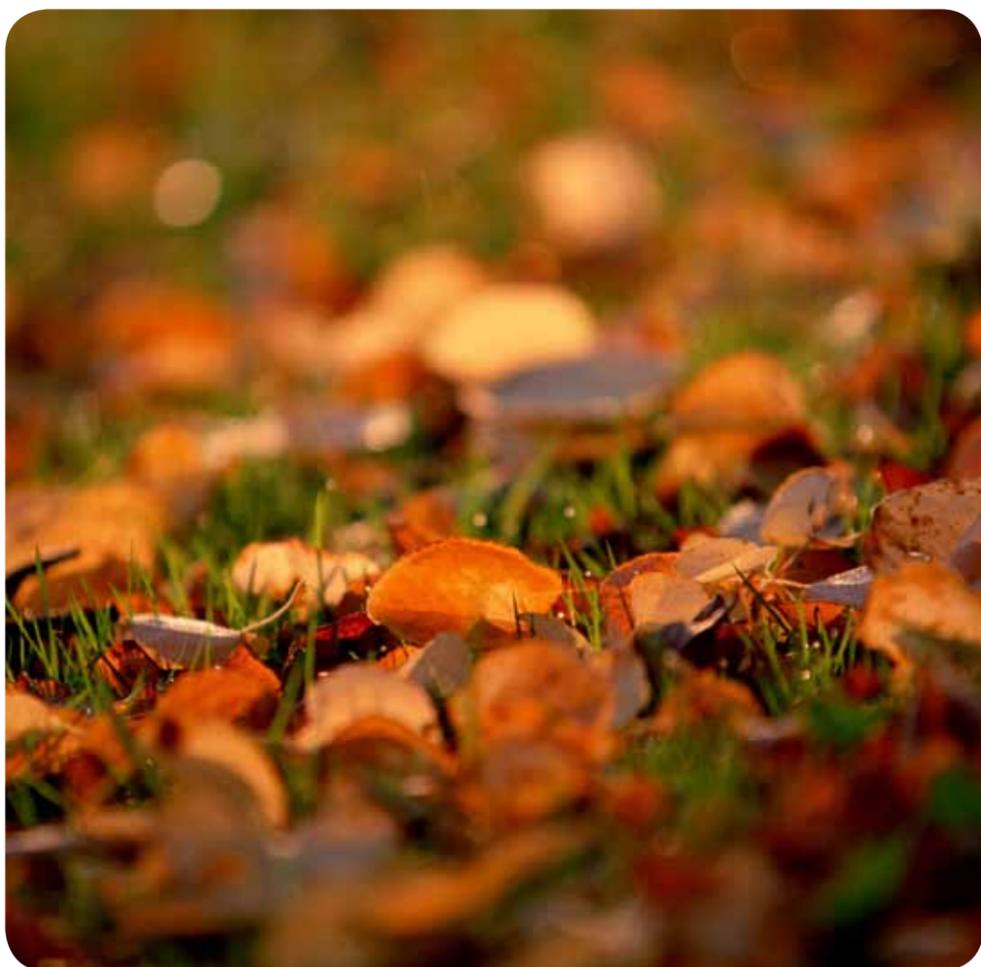
- ...не ближе чем в 15 метрах от строений (сарай, дом и т.п.) и мест складирования горючих материалов (поленница и т.п.) и по крайней мере на расстоянии 30 метров от леса.
- ...только в безветренную погоду (до 1,5 м/сек) и с учетом направления ветра...
- ...на минеральном грунте (земля, песок, глина), кострище надо окружить негорючим грунтом. Также необходимо следить за тем, чтобы от искр костра не загорелась сухая трава или строение...

Употребление энергии	Единица измерения	Август
Теплота	МВт·ч/в месяц	
Холодная вода	м ³ /в месяц	
Горячая вода	м ³ /в месяц	
Электроэнергия	кВт·ч/в месяц	

Август • August

2012

Н W	Пн Mo	Вт Tu	Ср We	Чт Th	Пн Fr	Сб Sa	Вс Su
31			1	2	3	4	5
32	6	7	8	9	10 <small>Lauritsapäev</small>	11	12
33	13	14	15	16	17	18	19
34	 20 <small>Taasiseseisvumispäev</small>	21	22	23	24 <small>Pärtlipäev</small>	25	26
35	27	28	29	30	31		



Как настроиться на более экономное потребление?

Будьте честны с самим собой

Когда средства массовой информации говорят о все возрастающем потреблении, то кажется, что разговор идет о ком-то другом, что нас это не касается. Средства массовой информации говорят об этом или с точки зрения экономических показателей или с точки зрения окружающей среды.

Порой нелегко взглянуть на свое отражение или признать свои не слишком умные решения. Это вполне естественно, ведь не видеть проблем значительно проще.

Взгляните правде в глаза: если ежемесячные расходы в результате потребительских кредитов и потребительских привычек зашкаливают, то надо что-то предпринять. Если не видеть в этом проблемы, то она только усугубится.

Если у вас нет проблем с потребительскими кредитами или чрезмерными расходами, то можете радоваться и поздравить себя – вы были вполне успешны.

Употребление энергии	Единица измерения	Сентябрь
Теплота	МВт·ч/в месяц	
Холодная вода	м ³ /в месяц	
Горячая вода	м ³ /в месяц	
Электроэнергия	кВт·ч/в месяц	

Сентябрь • September

2012

Н W	Пн Mo	Вт Tu	Ср We	Чт Th	Пн Fr	Сб Sa	Вс Su
35						 1 <small>Teadmiste-päev, Ülemaailmine rahupäev</small>	2
36	3	4	5	6	7	8 <small>Ussimaarjapäev</small>	9
37	10	11	12	13	14	15	16
38	17	18	19	20	21	22	23
39	24	25	26	27	28	29 <small>Mihkripäev</small>	30



5 способов гладить легко и экономно

- Развешивая белье для просушки, хорошенько расправляйте его. Если места на веревке недостаточно, аккуратно сложите вещь несколько раз. Гладить измятое белье куда труднее.
- Сушите вещи с изнанки. Так они будут иметь менее мятый вид и не выгорят на солнце.
- Гладьте только то, что действительно нужно погладить. Так, носки можно надеть и неглаженные. Нет также смысла гладить кухонные полотенца – они так и так помнутся. Если постельное белье аккуратно сложить в шкаф, то можно вообще обойтись без утюга.
- Сушите мужские сорочки на плечиках. Расправьте рукава и воротничок – правильно высушенную вещь выгладить куда проще и энергии потребуется меньше.
- Выбирайте правильную температуру глаженья, тем самым вы сэкономите и вещь и энергию. Если на одежде указано, что ее можно гладить на втором делении, а она разглаживается и на первом, то пользуйтесь меньшей температурой.

Употребление энергии	Единица измерения	Октябрь
Теплота	МВт·ч/в месяц	
Холодная вода	м ³ /в месяц	
Горячая вода	м ³ /в месяц	
Электроэнергия	кВт·ч/в месяц	

Октябрь • October

2012

Н W	Пн Mo	Вт Tu	Ср We	Чт Th	Пн Fr	Сб Sa	Вс Su
40	1	2	3	4	5	6	7
41	8	9	10	11	12	13	14 <small>Kolletuspäev</small>
42	15	16	17	18	19	20	21
43	22	23	24	25	26	27	28 <small>Simunapäev</small>
44	29	30	31				



Употребляйте в пищу местные продукты Как поддержать местного производителя?

- Покупайте продукты местных производителей – или прямо у фермеров или найдите магазины, где продают местные продукты.
- Посещайте местные рынки. Между прочим, на рынке можно и поторговаться.
- По возможности покупайте сезонные продукты. Например, если в Эстонии наступил яблочный сезон, и на рынке полно местных яблок, то нет смысла покупать польские. В то же время не стоит забывать, что продукция, выращенная на месте в отапливаемой теплице, едва ли более экологична, чем импортная. Если есть хоть какая-то возможность, то выращивайте фрукты, ягоды, овощи и зелень сами.
- Посещайте те кафе и рестораны, где подают блюда из отечественных продуктов.
- Делайте сами заготовки на зиму. Так вы сможете и зимой лакомиться местными продуктами.

Употребление энергии	Единица измерения	Ноябрь
Теплота	МВт·ч/в месяц	
Холодная вода	м ³ /в месяц	
Горячая вода	м ³ /в месяц	
Электроэнергия	кВт·ч/в месяц	

Ноябрь • November

2012

Н W	Пн Mo	Вт Tu	Ср We	Чт Th	Пн Fr	Сб Sa	Вс Su
44				1	2 <small>Hingedepäev</small>	3	4
45	5	6	7	8	9	10 <small>Mardipäev</small>	11
46	12	13	14	15	16	17	18
47	19	20	21	22	23	24	25 <small>Kadripäev</small>
48	26	27	28	29	30		



Как сэкономить на топливе?

- Соблюдайте скоростной режим. Воздерживайтесь от лишних разгонов, это не только экономит топливо, но и уменьшает риск попасть в аварию. Важно выдерживать скорость, при которой на километр пути расходуется минимум топлива.
- Пользуйтесь правильной передачей. При первой же возможности переключайтесь на повышенную передачу. В то же время при подъеме в гору не перегружайте двигатель излишне высокой передачей. Это увеличивает расход топлива и плохо сказывается на двигателе.
- Следите за машиной. Плохо отрегулированный автомобиль тратит топливо неэффективно. Непременнo раз в месяц по утрам, когда покрышки еще холодные, проверяйте давление в шинах. Следите за состоянием воздушного фильтра и проверяйте его при каждой замене масла.
- Спросите себя, а обязательно ли ехать на машине. Поездки на расстояние до трех километров наносят окружающей среде огромный вред, поскольку холодный работающий двигатель дает на 60% больше выхлопов, чем разогретый.
- Избегайте поездок в час-пик. Пробки не только портят нервы, но и снижают эффективность поездки на машине.

Употребление энергии	Единица измерения	Декабрь
Теплота	МВт·ч/в месяц	
Холодная вода	м3/в месяц	
Горячая вода	м3/в месяц	
Электроэнергия	кВт·ч/в месяц	

Декабрь • December

2012

Н W	Пн Mo	Вт Tu	Ср We	Чт Th	Пн Fr	Сб Sa	Вс Su
48						1	2
49	3	4	5	6	7	8	9
50	10	11	12	13	14	15	16
51	17	18	19	20	21 <small>Toomapäev</small>	22	23
52	24 <small>Jõulupäev</small>	25 <small>Esimene jõulupüha</small>	26 <small>Teine jõulupüha</small>	27 <small>Kolmas jõulupüha</small>	28	29	30
1	31 <small>Vana-aasta õhtu</small>						



2013

Январь • January

Н W	Пн Mo	Вт Tu	Ср We	Чт Th	Пт Fr	Сб Sa	Вс Su
1		1	2	3	4	5	6
2	7	8	9	10	11	12	13
3	14	15	16	17	18	19	20
4	21	22	23	24	25	26	27
5	28	29	30	31			

Февраль • February

Н W	Пн Mo	Вт Tu	Ср We	Чт Th	Пт Fr	Сб Sa	Вс Su
5					1	2	3
6	4	5	6	7	8	9	10
7	11	12	13	14	15	16	17
8	18	19	20	21	22	23	24
9	25	26	27	28			

Март • March

Н W	Пн Mo	Вт Tu	Ср We	Чт Th	Пт Fr	Сб Sa	Вс Su
9					1	2	3
10	4	5	6	7	8	9	10
11	11	12	13	14	15	16	17
12	18	19	20	21	22	23	24
13	25	26	27	28	29	30	31

Апрель • April

Н W	Пн Mo	Вт Tu	Ср We	Чт Th	Пт Fr	Сб Sa	Вс Su
14	1	2	3	4	5	6	7
15	8	9	10	11	12	13	14
16	15	16	17	18	19	20	21
17	22	23	24	25	26	27	28
18	29	30					

Май • May

Н W	Пн Mo	Вт Tu	Ср We	Чт Th	Пт Fr	Сб Sa	Вс Su
18			1	2	3	4	5
19	6	7	8	9	10	11	12
20	13	14	15	16	17	18	19
21	20	21	22	23	24	25	26
22	27	28	29	30	31		

Июнь • June

Н W	Пн Mo	Вт Tu	Ср We	Чт Th	Пт Fr	Сб Sa	Вс Su
22						1	2
23	3	4	5	6	7	8	9
24	10	11	12	13	14	15	16
25	17	18	19	20	21	22	23
26	24	25	26	27	28	29	30

Июль • July

Н W	Пн Mo	Вт Tu	Ср We	Чт Th	Пт Fr	Сб Sa	Вс Su
27	1	2	3	4	5	6	7
28	8	9	10	11	12	13	14
29	15	16	17	18	19	20	21
30	22	23	24	25	26	27	28
31	29	30	31				

Август • August

Н W	Пн Mo	Вт Tu	Ср We	Чт Th	Пт Fr	Сб Sa	Вс Su
31				1	2	3	4
32	5	6	7	8	9	10	11
33	12	13	14	15	16	17	18
34	19	20	21	22	23	24	25
35	26	27	28	29	30	31	

Сентябрь • September

Н W	Пн Mo	Вт Tu	Ср We	Чт Th	Пт Fr	Сб Sa	Вс Su
35							1
36	2	3	4	5	6	7	8
37	9	10	11	12	13	14	15
38	16	17	18	19	20	21	22
39	23	24	25	26	27	28	29
40	30						

Октябрь • October

Н W	Пн Mo	Вт Tu	Ср We	Чт Th	Пт Fr	Сб Sa	Вс Su
40		1	2	3	4	5	6
41	7	8	9	10	11	12	13
42	14	15	16	17	18	19	20
43	21	22	23	24	25	26	27
44	28	29	30	31			

Ноябрь • November

Н W	Пн Mo	Вт Tu	Ср We	Чт Th	Пт Fr	Сб Sa	Вс Su
44					1	2	3
45	4	5	6	7	8	9	10
46	11	12	13	14	15	16	17
47	18	19	20	21	22	23	24
48	25	26	27	28	29	30	

Декабрь • December

Н W	Пн Mo	Вт Tu	Ср We	Чт Th	Пт Fr	Сб Sa	Вс Su
48							1
49	2	3	4	5	6	7	8
50	9	10	11	12	13	14	15
51	16	17	18	19	20	21	22
52	23	24	25	26	27	28	29
1	30	31					